

**ПОДХОДЫ К ФОРМИРОВАНИЮ ПРОГРАММ ПО АФК  
С УЧЕТОМ СЕНСИТИВНЫХ ПЕРИОДОВ РАЗВИТИЯ  
КООРДИНАЦИОННОЙ СТРУКТУРЫ ДВИГАТЕЛЬНОЙ  
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ У ШКОЛЬНИКОВ С НАРУШЕНИЕМ СЛУХА**

**Красноперова Татьяна Витальевна**, кандидат биологических наук,  
**Ворошин Игорь Николаевич**, кандидат педагогических наук, доцент,  
**Киселева Евгения Александровна**, младший научный сотрудник,  
Федеральное государственное бюджетное учреждение  
«Санкт-Петербургский научно-исследовательский институт  
физической культуры»,  
г. Санкт-Петербург

*Аннотация.* В данной статье приводятся экспериментальные результаты изучения сенситивных периодов развития координационной структуры двигательной деятельности лиц школьного возраста с нарушением слуха. В представленном материале также сформулированы основные подходы к формированию программ по адаптивной физической культуре для лиц школьного возраста с нарушением слуха, среди которых: дифференцированный подход, индивидуальный подход, развивающий подход, нозологический подход.

*Ключевые слова:* лица с нарушением слуха, адаптивная физическая культура, статокINETическая устойчивость, координационные способности, сенситивные периоды.

*Abstract.* In this study shown data on research of the sensitive periods of development at coordination structure of motor activity of school age persons with hearing impairments. In the given material also formulated the basic approaches to formation of programs on adaptive physical training for persons of school age with hearing impairments among which are differentiated approach, the individual approach, developmental approach and nosologic approach.

*Index terms:* persons with hearing impairments, adaptive physical education, statokinetic stability, coordination abilities, sensitive periods

Обучение и воспитание различных групп детей с ограничением здоровья в виде сенсорных нарушений для достижения формирования компетенций должного уровня возможно при разработке научно обоснованных методических рекомендаций. Материалы, приведенные в различных научных источниках, посвященных изучению особенностей физического развития, формированию двигательных качеств, характеру и степени двигательных отклонений у детей в виде сенсорных нарушений нуждаются в дальнейшем изучении, дополнении и систематизации [1,2].

Установленные факторы, лимитирующие двигательную деятельность лиц школьного возраста с сенсорными нарушениями, особенности их физического развития на основе индивидуально-типологических оценок с учетом пола, возраста, стабилметрической оценки координационной составляющей двигательной деятельности представляют собой необходимые компоненты для разработки технологии научно-методических подходов к формированию программ по АФК для рассматриваемого контингента [2, 3].

При построении программ по адаптивной физической культуре особое внимание должно уделяться сенситивным периодам развития составляющих

двигательной деятельности, в частности координации. Анализ научно-методической литературы [1-4] показал: начиная с 5-летнего возраста у лиц с нарушением слуха наблюдается отставание в формировании координационной структуры двигательной деятельности и волнообразный характер ее развития, как у мальчиков, так и у девочек. Большинство сенситивных периодов развития различных видов координационных способностей у школьников с нарушением слуха приходится на возраст с 8 до 12 лет, что не совпадает с сенситивными периодами у детей без ограничений здоровья [1,4].

**Цель исследования:** определение подходов к формированию программ по АФК у школьников с нарушением слуха с выявлением сенситивных периодов развития статокINETической устойчивости координационной структуры двигательной деятельности.

**Методика исследования.** На основе компьютерной стабилометрии с регистрацией, обработкой и анализом траектории перемещения центра давления (ЦД) испытуемого на плоскость опоры в процессе поддержания им вертикальной позы была проведена оценка стабилометрических параметров. Методика состояла из двух тестов: при поддержании произвольной вертикальной стойки - с открытыми глазами (первый тест, продолжительностью 1 мин) и с закрытыми глазами (второй тест – 1 мин).

**Результаты исследования.** Проведено обследование 98 лиц школьного возраста с нарушением слуха, в том числе 64 мальчика и 34 девочки. При анализе результатов девочек с нарушением слуха установлено, что у девочек 8 и 9-летнего возраста превалировала легкая степень статокINETических нарушений (СКН) (девочек 7, 16 и 17 лет в классах не было) [5,6]. У девочек 10-11 лет – превалировало отсутствие СКН в 60 % случаев. У девочек 12-летнего возраста констатированы варианты без нарушений, легкие и умеренные нарушения. В 13 и 14-летнем возрасте у всех обследованных девочек выявлены СКН легкой степени. У двух школьниц 15 лет выявлены легкие нарушения и их отсутствие. В возрастных группах от 18 до 20 лет наблюдалось отсутствие СКН. На основании полученных результатов можно говорить о том, что, 10-11-летний возраст является наиболее благоприятным в плане развития координационных способностей у девочек с нарушением слуха. В сравнении с относительно здоровыми детьми, у которых сенситивный период способности поддержания статического равновесия приходится на возраст 9-10 лет, отмечается задержка развития статической составляющей координационной структуры двигательной деятельности. По полученным фактическим данным, возраст 10-11 лет является сенситивным в плане развития координации у девочек данной нозологии. В возрасте 12 лет особенно важен индивидуальный подход из-за разной степени СКН.

У мальчиков 7-, 8- и 9-летнего возраста в 45,5% случаев выявлены умеренные СКН, у 40,9% - легкие. У 13,6% 8-9 лет – статокINETических нарушений не выявлено. В 10-летнем возрасте у 80% выявлены легкие, а в 20% - умеренные СКН. У мальчиков 11 лет у 77,8% наблюдались легкие, у 22,2% СКН не выявлены. В 12 лет превалировали легкие СКН, у одного мальчика зафиксированы выраженные СКН. В 13 лет – у большинства наблюдалось отсутствие СКН и у одного мальчика - легкие СКН. У мальчиков 14-20 лет была

легкая степень нарушений (50,0%) и отсутствие СКН (50,0%). В результате анализа выявленных при исследовании показателей можно говорить о том, что 11- и 13-летний возраст является наиболее благоприятным в плане развития координационных способностей у мальчиков с нарушением слуха. При сравнении с относительно здоровыми детьми, у которых сенситивный период способности поддержания статического равновесия приходится на возраст 10-11 лет, отмечаются отставание и нелинейный характер развития статической составляющей координационной структуры двигательной деятельности. По полученным фактическим данным - возраст 11 и 13 лет является сенситивным в плане развития координации у мальчиков данной нозологии. В возрасте 7-9 лет особенно важен индивидуальный подход из-за различной степени СКН нарушений.

В тесте с закрытыми глазами результаты стабилотрии в большинстве случаев либо не изменялись, либо улучшались в возрасте 13 лет у девочек и 14 лет - мальчиков, либо ухудшались в возрасте 12, 15, 18 лет у девочек, и 12 лет - у мальчиков. Данный факт необходимо учитывать при формировании программ по АФК для лиц с нарушением слуха.

Проведенные исследования показывают наличие различной степени координационных нарушений обследованного контингента, поэтому при формировании программ по адаптивной физической культуре необходимо проводить дифференциацию физической нагрузки данной направленности (дифференцированный подход), как по подбору средств, так и по особенностям их использования.

В условиях урочных занятий невозможно полноценно использовать индивидуальный подход. Выходом из данной ситуации может служить использование кругового метода, при котором класс детей разбивается на несколько групп по уровню подготовленности и степени статокинетических нарушений координационной структуры двигательной деятельности.

При смене заданий происходит индивидуальное дозирование нагрузки для каждой группы. Использование данного подхода будет способствовать повышению эффективности учебных занятий и позволит использовать максимальный потенциал индивидуального подхода к каждому учащемуся.

При создании программ по адаптивной физической культуре необходимо активно использовать развивающий подход, заключающийся в постепенном системном увеличении нагрузки и стремлению к повышению качества выполнения упражнений также с учетом различной степени СКН.

При построении педагогического процесса для лиц с сурдологическими нарушениями необходимо учитывать особенности высшей нервной деятельности, а именно - фрагментарность и замедленность слухового восприятия, искаженность и несформированность словесных представлений, гиперактивность и нарушения формирования личности, связанные с сенсорной звуковой депривацией. Необходимо уделять внимание аспектам врачебного контроля в связи с высоким риском осложнений болезней слухового анализатора (вестибулярные кризы, воспалительные заболевания).

Следует также учитывать повышенный риск травматизации из-за

ограничения возможностей оперативного контроля текущих событий и снижения скорости сенсорных коррекций у лиц с сурдологическими нарушениями. Совокупность использования средств и методов для решения этих задач можно объединить в нозологический подход.

**Выводы.** Методом стабилотрии проведены мониторинговые исследования лиц школьного возраста с нарушением слуха с определением сенситивных периодов развития координационной структуры двигательной деятельности. По результатам обследованного контингента констатируем, что отставание функции равновесия у девочек с нарушением слуха – 1 год (10-11 лет по фактическим данным относительно 9-10 лет – у здоровых детей).

У мальчиков с нарушением слуха отставание от практически здоровых детей составило также 1 год (11 и 13 лет по фактическим данным относительно 10-11 лет – у здоровых детей).

По полученным экспериментальным данным наиболее благоприятным возрастом развития координационной структуры двигательной деятельности у девочек является возраст 10-11 лет, у мальчиков – 11 и 13 лет.

При создании программ по адаптивной физической культуре для лиц школьного возраста с нарушением слуха необходим учет специфичности обучения данного контингента. Для этого сформулированы основные подходы: дифференцированный подход, индивидуальный подход, развивающий подход, нозологический подход. Основываясь на данных подходах можно повысить эффективность педагогического процесса в целом и более успешно осуществлять развитие координационных способностей в частности у лиц школьного возраста с нарушением слуха.

### ***ЛИТЕРАТУРА***

1. Горская, И.Ю. Базовые координационные способности школьников с различным уровнем здоровья: монография / И.Ю.Горская, Л.А.Суянгулова; Сибирская гос. акад. физ. культуры. – Омск: [б.и.], 2000. – 212 с.

2. Емельянов, В.Д. Особенности физического развития и обеспечения локомоторных функций двигательной деятельности лиц с сенсорными нарушениями с учетом возрастных и гендерных различий / В.Д.Емельянов, Т.В.Красноперова, А.В.Шевцов, Л.Н.Шелкова // Адаптивная физическая культура. – 2014. - № 1 (57). – С.2-5.

3. Емельянов, В.Д. Теоретико-методологические аспекты управления развитием координационной структуры двигательной деятельности в процессе занятий адаптивной физической культурой лиц школьного возраста с сенсорными и ментальными нарушениями: методические рекомендации / В.Д.Емельянов, Т.В.Красноперова. – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2015. – 32 с.

4. Лях, В.И. Координационные способности в спорте: теории, модели, направления настоящих и будущих исследований [Текст] / В.И.Лях; под ред. М.П.Шестакова и А.Н.Аверкина // Моделирование управления движениями человека: сборник научных трудов. – М.: СпортАкадемПресс, 2003 - С.158-202.

5. Киселева Е.А. Особенности статокинетической устойчивости как составляющей координационных способностей у лиц школьного возраста с нарушением слуха / Е.А. Киселева, Т.В. Красноперова // Журнал Адаптивная физическая культура - № 2 (66) – 2016 – С. 8-10.

6. Красноперова, Т.В. Современные представления о статокинетической составляющей координационной структуры двигательной деятельности лиц школьного возраста с нарушением зрения / Т.В.Красноперова. - Журнал Адаптивная физическая культура - № 3 (67) – 2016 – С. 31-33.

## **APPROACHES TO FORMATION OF PROGRAMS ON ADAPTIVE PHYSICAL TRAINING OF CHILDREN SCHOOL AGE WITH HEARING IMPAIRED OF SENSITIVE PERIOD OF DEVELOPMENT COORDINATION STRUCTURE**

*Krasnoperova T.V., PhD*  
*Voroshin I.N. PhD, Associate Professor*  
*Kiseleva E. A., researcher*

УДК 796

## **СПОРТ В СВОБОДНОЕ ВРЕМЯ СТУДЕНТОВ**

*Андреев Сергей Алексеевич, доцент,*  
*Балалаева Марина Владимировна, старший преподаватель,*  
*Уральский государственный юридический университет*  
*г. Екатеринбург*

*Аннотация.* Статья содержит практические материалы по проблеме самостоятельных занятий, а также роль спортивных массовых соревнований по активизации самостоятельных занятий на повышение двигательной активности студентов.

*Ключевые слова:* самостоятельные занятия, физическая подготовка, массовые спортивные соревнования.

*Abstract.* This article contains practical materials on the issue of self-study, as well as the role of mass sports competitions to enhance the self-study on the improvement of the motor activity of students.

*Index terms:* self self-study, physical training and mass sports competitions.

Приобщение студенческой молодежи к физической культуре – важное слабое в формировании здорового образа жизни. Наряду с широким развитием и дальнейшим совершенствованием организованных форм занятий физической культурой, решающее значение имеют самостоятельные занятия физическими упражнениями.

В УрГЮУ как и еще в двух юридических вузах страны (Московский государственный юридический университет; Саратовский государственный юридический университет), приказом Министерства образования №464 от 4 мая 2010г. был утвержден федеральный государственный образовательный стандарт высшего профессионального образования по направлению подготовки 030900 юриспруденция (квалификация (степень) «бакалавр»), в котором не предусмотрена